

## **SKRIPSI**

# **HUBUNGAN ANTARA ASUPAN NIASIN DAN ASAM LEMAK OMEGA-3 DENGAN STATUS DEPRESI PADA PASIEN CEDERA TULANG BELAKANG DI RSO. PROF.DR.R.SOEHARSO SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun oleh:

**ATIKA CAHYA RAMADHANI**  
**J 310 110 093**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2015**

## **SKRIPSI**

# **HUBUNGAN ANTARA ASUPAN NIASIN DAN ASAM LEMAK OMEGA-3 DENGAN STATUS DEPRESI PADA PASIEN CEDERA TULANG BELAKANG DI RSO. PROF.DR.R.SOEHARSO SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun oleh:

**ATIKA CAHYA RAMADHANI**  
**J 310 110 093**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2015**

PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
SKRIPSI

**ABSTRAK**

ATIKA CAHYA RAMADHANI. J 310 110 093

HUBUNGAN ANTARA ASUPAN NIASIN DAN ASAM LEMAK OMEGA-3  
DENGAN STATUS DEPRESI PADA PASIEN CEDERA TULANG  
BELAKANG DI RSO. PROF. DR. R. SOEHARSO SURAKARTA

**Pendahuluan :** Cedera tulang belakang adalah terjadinya kerusakan di tulang belakang baik bagian *vertebra servikal*, *vertebra toraka*, *vertebra lumbal*, *sacrum* dan *coccygeu*. Perasaan trauma hingga gejala stres dan depresi dialami oleh penderita kerusakan tulang belakang. Cedera tulang belakang dengan depresi berkontribusi pada menurunnya asupan makan.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan antara asupan niasin dan asam lemak omega-3 dengan status depresi pada pasien cedera tulang belakang di RSO. Prof. DR. R. Soeharso Surakarta.

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian *observasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Besar sampel sebanyak 35 orang sesuai dengan kriteria inklusi. Pengambilan sampel dengan cara *consecutive sampling*. Pengambilan data tingkat kecukupan asupan niasin dan asam lemak omega-3 dilakukan dengan formulir *food recall 24 jam* selama empat hari pagi, siang dan sore. Data status depresi diperoleh dengan mengukur tingkat depresi dengan kuesioner *Beck Depression Inventory (BDI)*. Uji statistik yang digunakan *Rank Spearman*.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan 88,6% subyek mempunyai asupan niasin kurang dan 97,1% mempunyai asupan asam lemak omega-3 cukup. Sebagian besar subyek (31,4%) mempunyai tingkat depresi ringan. Tidak ada hubungan antara asupan niasin dengan status depresi (nilai  $p=0,276$ ) dan tidak ada hubungan antara asupan asam lemak omega-3 dengan status depresi (nilai  $p=0,547$ ).

**Kesimpulan :** Penelitian ini dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara asupan niasin dengan status depresi (nilai  $p=0,276$ ) dan tidak ada hubungan antara asupan asam lemak omega-3 dengan status depresi (nilai  $p=0,547$ ).

**Kata kunci** : Asupan Niasin, Asam Lemak Omega-3 dan  
Status Depresi

**Daftar Pustaka** : 56 ( 1985 – 2013 )

**ABSTRACT**

ATIKA CAHYA RAMADHANI. J 310 110 093

RELATIONSHIP BETWEEN THE INTAKE NIACIN AND OMEGA-3 FATTY ACID  
DEPRESSION STATUS IN PATIENTS WITH SPINAL INJURIES IN RSO. PROF.  
DR. R. SOEHARSO OF SURAKARTA

**Introduction:** spinal cord injury is a spinal cord damage in either the cervical vertebrae, toraka vertebrae, lumbar vertebrae, sacrum and coccygeu. Feelings of trauma to the symptoms of stress and depression experienced by people with spinal damage. Spinal cord injury with depression contribute to decreasing food intake.

**Objective:** The aim of study was to determine the relationship between the intake of niacin and omega-3 fatty acid with status of depression in patients with spinal cord injuries in the RSO. Prof. DR. R. Soeharso Surakarta.

**Method:** This was an observational study with cross sectional approach. The sample size of 35 people according to the inclusion criteria. Sampling by means of consecutive sampling. Adequate intake level data retrieval niacin and omega-3 fatty acids do form a 24-hour food recall for four days in the morning, afternoon and evening. Depression status data obtained by measuring the level of depression with a questionnaire Beck Depression Inventory (BDI). The statistical test used Spearman Rank.

**Results:** The results showed 88.6% of the subjects had less niacin intake and 97.1% had intake of omega-3 fatty acid enough. Most subjects (31.4%) had mild depression levels. There is no relationship between intake of niacin with depression status ( $p = 0.276$ ) and there was no association between intake of omega-3 fatty acids with depression status ( $p = 0.547$ ).

**Conclusion:** To sum up there is no association between the intake of niacin with depression status ( $p = 0.276$ ) and there was no association between the intake of omega-3 fatty acids with depression status ( $p = 0.547$ ).

**Keywords :** Intake of Niacin, Omega-3 Fatty Acids and Depression Status

**Reference :** 56 (1985 - 2013)

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN NIASIN DAN ASAM LEMAK OMEGA-3  
DENGAN STATUS DEPRESI PADA PASIEN CEDERA TULANG BELAKANG  
DI RSO. PROF. DR. R. SOEHARSO SURAKARTA**

Skripsi ini Disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijazah Program Studi S1 Gizi

Disusun Oleh:

**ATIKA CAHYA RAMADHANI**

**J310110093**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2015**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lamanya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, 5 Oktober 2015



Atika Cahya Ramadhani

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Antara Asupan Niasin dan Asam Lemak  
Omega-3 dengan Status Depresi pada Pasien  
Cedera Tulang Belakang di RSO. Prof. Dr. R.  
Soeharso Surakarta

Nama Mahasiswa : Atika Cahya Ramadhani

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 110 093

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta  
pada tanggal 9 September 2015 dan telah diperbaiki  
sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, 5 Oktober 2015


Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

  
Siti Zulaekah, A., M.Si

NIK. 751/NIDN. 06-0612-7501

  
Setia Asyanti, S.Psi., M.Si

NIK. 915/NIDN. 06-1301-7602

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Ilmu Gizi  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., Ph.D

NIK. 744/NIDN. 06-2312-7301



## PENGESAHAN SKRIPSI


Judul Penelitian : Hubungan Antara Asupan Niasin dan Asam Lemak  
Omega-3 dengan Status Depresi pada Pasien  
Cedera Tulang Belakang di RSO. Prof. Dr. R.  
Soeharso Surakarta


Nama Mahasiswa : Atika Cahya Ramadhani

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 110 093

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi Jenjang S1  
Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal 9 September 2015  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima


Surakarta, 5 Oktober 2015

Penguji I : Setia Asyanti, S.Psi., M.Si (  )

Penguji II : dr. Listiana D. S., M.Si (  )

Penguji III : Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gizi (  )

Mengetahui,  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Dekan

  
Dr. Suwaji, M.Kes  
NIK/NIDN. 19531123 108303 1002/00 2311 5301



## MOTTO

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كَرْهٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ

(216 : )

“Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu, Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui” (Q.S Al-Baqarah 216)

(7)

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (6)

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain”(Q.S Al-Insyirah 6-7)

Barang siapa yang menuntutimu, maka Allah SWT akan memudahkan baginya jalan menuju surge(H.R Muslim)

Sesuatu yang belum dikerjakan, seringkali mustahil, kita baru yakin kalau kita telah berhasil melakukannya dengan baik (Evelyn Underhill)

## **PERSEMBAHAN**

### **Yang Utama Dari Segalanya...**

Sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW.

Kupersembahkan skripsi ini kepada orang yang sangat kucintai dan kusayangi.

### **Bapak dan Ibu Tercinta**

Sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terima kasih yang tiada terhingga kupersembahkan skripsi ini kepada Bapak dan Ibu yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Bapak dan Ibu bahagia karena kusadar, selama ini belum bisa berbuat yang lebih. Untuk Bapak dan Ibu yang selalu membuatku termotivasi dan selalu menyirami kasih sayang, selalu mendoakanku, selalu menasehatiku menjadi lebih baik,

Terima Kasih Bapak.... Terima Kasih Ibu...

### **My Brother's**

Untuk adikku Bagas Wahyu Gumilar, tiada yang paling mengharukan saat berkumpul bersama, walaupun sering bertengkar tapi hal itu selalu menjadi warna yang tidak akan bisa tergantikan, terima kasih atas doa dan bantuan selama ini, hanya skripsi ini yang dapat aku persembahkan. Maaf belum bisa menjadi panutan seutuhnya, tapi aku akan selalu menjadi yang terbaik untuk kalian semua...

### **My Best friend's**

Buat sahabatku seperjuangan skripsi Tri Wahyuni dan Elsa Wulandari terima kasih atas bantuan, doa, nasehat, candaan, dan semangat yang kamu berikan selama aku kuliah sampai terselesaikannya skripsi ini, aku tak akan melupakan semua yang telah kamu berikan selama ini. Semoga kita akan selalu dalam lindungan-Nya dan diberikan kesuksesan dunia dan akhirat. Amin. Buat teman-teman yang lain khususnya Gizi angkatan 2011 terima kasih atas dukungan, semangat, semoga kita semua meraih kesuksesan bersama di masa depan.

Amin....

."your dreams today, can be your future tomorrow"

## BIODATA

Nama : Atika Cahya Ramadhani  
Tempat/Tanggal Lahir : Klaten, 02 Maret 1993  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Becilen Rt 02/03, Kajoran Klaten Selatan Klaten  
Riwayat Pendidikan :  
1. Lulus SD Negeri I Karang Tahun 2005  
2. Lulus SMP Negeri I Wedi Tahun 2008  
3. Lulus SMA Muhammadiyah I Klaten Tahun 2011  
4. Menempuh Pendidikan di Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1 angkatan 2011

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala berkat, rahmat, taufik, serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ Hubungan Antara Asupan Niasin dan Asam Lemak Omega-3 Dengan Status Depresi Pada Pasien Cedera Tulang Belakang di RSO. PROF. DR. R. SOEHARSO SURAKARTA.

Penyusunan skripsi ini bertujuan guna memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Gizi di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penyusunan skripsi ini, tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Dalam penyusunan skripsi ini, penyusun menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Bapak dan Ibu saya tercinta, atas doa dan dukungannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Suwaji M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Setyaningrum Rahmawaty, A, M.Kes, Ph.D selaku Ketua Program Studi S1 Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ijin dan memberikan saran serta motivasi bagi penulis.
4. Ibu Siti Zulaekah, A, M.Si, selaku Pembimbing I yang telah memberi bimbingan, saran, dan motivasi bagi penulis.
5. Ibu Setia Asyanti, S.Psi., M.Psi, selaku Pembimbing II yang telah memberi bimbingan, saran, dan motivasi bagi penulis.
6. Ibu Yekti Herinawati, SSIT, selaku Ahli Gizi di RSO. Prof. DR. R. Soeharso Surakarta yang telah memberikan bimbingan dan membantu dalam pengambilan data.
7. Semua pasien yang dirawat inap, khususnya di bangsal Ceplok dan Parangseling di RSO. Prof. DR. R. Soeharso Surakarta, yang sudah bersedia menjadi responden pada penelitian ini.
8. Segenap staf pengajar Program Studi S1 Ilmu Gizi dan semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari terbatasnya pengetahuan dan pengalaman, maka dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan serta masih jauh dari kesempurnaan. Penulis mengharapkan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat sebagai informasi dalam ilmu kesehatan pada khususnya dan masyarakat pada umumnya.

Surakarta,     September 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMPUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN.....</b>	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>PERNYATAAN PENGESAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>BIODATA .....</b>	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
 <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Cedera Tulang Belakang .....	7
B. Depresi pada Cedera Tulang Belakang .....	9
C. Niasin .....	13
D. Asam Lemak Omega-3.....	17
E. Pengukuran Kecukupan Asupan Niasin dan Asam Lemak Omega-3.....	20

F. Nilai – nilai Islam Tentang Asupan.....	21
G. Kerangka Teori .....	22
H. Kerangka Konsep .....	23
I. Hipotesis.....	23

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	24
B. Lokasi dan Waktu .....	24
C. Populasi dan Sampel.....	24
D. Variabel Penelitian .....	26
E. Definisi Operasional Variabel.....	26
F. Pengumpulan Data .....	27
G. Langkah-langkah Penelitian.....	28
H. Pengolahan Data dan Analisis Data.....	30

### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Rumah Sakit .....	34
B. Karakteristik Responden.....	35
C. Distribusi Status Depresi Subyek Penelitian .....	37
D. Hubungan Asupan Niasin dan Asam Lemak Omega-3 dengan Status Depresi .....	46
E. Keterbatasan Penelitian.....	48

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	49
B. Saran.....	49

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 Kategori Status Depresi.....	13
2 Kandungan Niasin dalam 100 g Bahan Makanan .....	15
3 Kandungan Asam Lemak Omega-3 dalam 100 g Bahan Makanan .....	19
4 Definisi Operasional .....	26
5 Kategori Status Depresi.....	31
6 Kategori Asupan Niasin .....	31
7 Kategori Asupan Asam Lemak Omega-3.....	32
8 Karakteristik Responden .....	36
9 Distribusi Status Depresi Berdasarkan Usia .....	37
10 Distribusi Status Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	39
11 Distribusi Status Depresi Berdasarkan Pendidikan.....	40
12 Distribusi Status Depresi Berdasarkan Pekerjaan .....	41
13 Distribusi Status Depresi Berdasarkan Status Pernikahan .....	42
14 Asupan Niasin .....	44
15 Asupan Asam Lemak Omega-3.....	44
16 Status Depresi.....	45
17 Hubungan Asupan Niasin dengan Status Depresi.....	46
18 Hubungan Asupan Asam Lemak Omega-3 dengan Status Depresi.....	48



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Kerangka Teori.....	22
2 Kerangka Konsep.....	23

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Pernyataan kesediaan responden
2. Surat Perijinan Penelitian
3. Form *Food Recall*
4. Master Tabel
5. Hasil Uji Statistik
6. Kuisisioner BDI ( *Beck Depression Inventory*)